

## Krótki poradnik rodzica ósmoklasisty

Drogi Rodzicu – Twoje dziecko przeżywa w tym momencie prawdopodobnie najtrudniejszy okres w swoim życiu. Dzieciństwo ma już definitywnie za sobą, a może nie być jeszcze gotowe na podejmowanie ważnych decyzji i na mierzenie się z nowymi, trudnymi wymaganiami, które coraz częściej stawia przed nim życie.



W jego ciele, psychice i relacjach społecznych następują gwałtowne i głębokie zmiany. To ten okres, w którym młody człowiek musi odnaleźć siebie, swoją tożsamość – kluczowe pytania, na które musi sobie odpowiedzieć to „**Kim jestem?**” oraz „**Kim chcę być?**”. Jest to czas, w którym nastolatek szuka sposobu na to, by być kimś wyjątkowym, jedynym w swoim rodzaju – czuje wielką potrzebę wyróżnienia się w tłumie i zaznaczenia swojej odrębności.

Jedną z największych trudności, jakie mogą spotkać młodego człowieka w tym czasie jest akceptacja własnego ciała – szczególnie u dziewczynek, które zaczynają zmagać się miesiączkowaniem, pojawiają się u nich cechy kobiece i bardzo często stają się obiektem zainteresowania chłopców, u których bardzo dynamicznie rozwija się zainteresowanie sferą seksualną.





Charakterystyczny w tym wieku jest tzw. negatywizm, czyli odrzucanie tego, co proponują dorośli – nie tylko rodzice, ale również nauczyciele i inne osoby, które pojawiają się w życiu nastolatka. Bunt często stanowi dla dojrzewającego dziecka narzędzie służące zaznaczeniu swojej niezależności i samodzielności.

Młodzi ludzie w okresie dojrzewania są szczególnie narażeni na uzależnienia – zarówno te behawioralne jak i te od substancji psychoaktywnych. Bywa to z jednej strony wyrazem buntu wobec zakazu dorosłych, a z drugiej strony wyrazem chęci dorównania im, pokazania swojej „dojrzałości”. Często pozwala to też zyskać akceptację w jakiejś grupie rówieśniczej, pozwala się „przypodobać” kolegom.



Nastolatki w okresie dojrzewania mogą mieć również problem ze świadomością swoich własnych możliwości i z wykorzystaniem swoich kompetencji. Zdobyły już w swoim życiu ogromną ilość wiedzy, ale brakuje im jeszcze doświadczenia, które pomogłoby im wykorzystać swoje umiejętności.

Najważniejsze i najcenniejsze, co możesz dać swojemu dziecku z tym okresie to cierpliwości i zrozumienie – jest to trudny czas dla Ciebie i Twoich bliskich, ale dla Twojego dziecka okres ten stanowi nieporównywalnie większe wyzwanie. Twój dojrzewający nastolatek nie zawsze zdaje sobie z tego sprawę, ale bardzo potrzebne jest mu wskazywanie wyraźnych granic – pomaga mu to w wykształcaniu tożsamości i pozwala na przekształcenie Waszej relacji z opiekuńczej w partnerską, dzięki temu Twoje dziecko wejdzie w świat dorosłych pewnym krokiem ze świetną energią i motywacją do dalszego rozwoju.